

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Алимова /Голина Е.Г./



МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ СЛАДКИЙ С ИЗЮМОМ	160	6,07	2,7	4	32	176
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,76	5	5,4	18,2	143
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,79	2,2	5,9	15,3	123
Итого		35,53	15	19,9	65,8	505
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	9,38	0,9	0,2	17	73
Итого		9,38	0,9	0,2	17	73
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	3,13	0,3	1,7	2,6	27
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ.	250	19,66	2,7	6	17,5	137
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	180	31,82	3,5	4,3	10,1	97
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,19			8,8	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,11	3,3	0,4	21,3	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,73	2,7	0,2	18,1	85
Итого		60,63	12,5	12,6	78,4	484
Полдник						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	15,18	5,4	6	13,2	131
Итого		15,18	5,4	6	13,2	131
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ И ПОВИДЛОМ	160	16,67	9,9	7,4	66,4	373
ЧАЙ	200	0,24	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	100	8,19	0,2	0,2	5,4	26
Итого		25,10	10,2	7,6	72	400
Всего		145,82	44	46,3	246,4	1593

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голышева /Голина Е.Г./

МЕНЮ
12 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ СЛАДКИЙ С ИЗЮМОМ	140	5,25	2,4	3,5	28	153
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,44	3	6,2	20,5	149
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,40	4,2	4,6	14,8	118
Итого		33,00	14,7	18,9	63,6	483
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	7,81	0,7	0,1	14,2	60
Итого		7,81	0,7	0,1	14,2	60
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	2,67	0,2	1,4	2,2	23
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ.	200	15,10	2,2	4,8	14,2	109
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	150	27,31	3	3,7	8,5	81
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,90			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,88	3	0,4	19	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	1,6	0,1	10,3	49
Итого		49,84	10	10,4	61,1	381
Полдник						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	12,66	4,6	5	11,1	109
Итого		12,66	4,6	5	11,1	109
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	140	16,14	8,6	6,7	56,3	320
ЧАЙ	180	0,22	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	80	6,56	0,2	0,2	4,3	21
Итого		22,92	8,9	6,9	60,8	342
Всего		126,22	38,9	41,3	210,8	1375

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.